



ESQUÍ DE FONDO

Eslovenia



ÍNDICE

1	Presentación	1
2	El destino	2
3	Datos básicos	2
4	Programa	3
4.1	Programa resumen	3
4.2	Programa detallado	3
5	Precio. Incluye/No incluye	4
5.1	Incluye.....	4
5.2	No incluye	4
6	Más información	4
7	Puntos fuertes.....	8
8	Otros viajes similares	8
9	Contacto	8

1 Presentación

ESQUÍ DE FONDO EN EL MACIZO DEL TRIGLAV

Te presentamos un viaje de esquí de fondo a uno de los destinos más emblemáticos de los deportes de montaña en los últimos años. La creciente popularidad de este país se entiende fácilmente al contemplar la belleza de sus paisajes, que alcanzan su máxima expresión en el **Macizo del Triglav**. Esta impresionante formación montañosa, ubicada en la frontera con Italia y Austria, marca el extremo oriental de los Alpes y forma un complejo entramado de roca, rodeado de frondosos hayedos, bosques de coníferas y lagos de aguas cristalinas.

BLED, POKLJUKA Y BOHINJ

Muy cerca de la pintoresca localidad de **Bled**, se encuentra la extensa meseta **de Pokljuka**, que durante el invierno se transforma en un destacado centro de esquí nórdico, siendo uno de los más reconocidos de Eslovenia. Además, en las cercanías se extiende el valle de **Bohinj**, que alberga uno de los lagos más hermosos del país y ofrece múltiples rutas ideales para la práctica del esquí de fondo.

KRANJSKA GORA

A diferencia de las zonas anteriores, situadas en terrenos de media montaña, **Kranjska Gora** se encuentra en el Alto Valle del **río Sava**, rodeado por cumbres elevadas en la ladera norte del **Triglav**. Su entorno montañoso evoca en muchos momentos los paisajes típicos de los Dolomitas italianos.

JEZERSKO

Nuestro recorrido también incluye una visita fuera del área del **Triglav**: el **Parque Natural de Jezersko**, situado en los **Alpes de Kamnik-Savinja**. Este es otro de los grandes parajes alpinos de Eslovenia y añade un matiz diferente al viaje con sus imponentes montañas.

2 El destino

El **Parque Nacional del Triglav**, una joya natural situada entre **Italia** y **Austria** que no solo destaca por sus espectaculares paisajes, con bosques centenarios, lagos glaciares y picos escarpados, sino también por su profundo valor simbólico para los eslovenos. El **Triglav**, cuya cima adorna la bandera nacional, es un emblema de identidad y resistencia, y forma parte de un territorio con siglos de historia alpina, tradiciones pastoriles y una rica herencia mitológica vinculada a la montaña. Practicar esquí de fondo en este entorno es una experiencia que trasciende el deporte, conectando con la esencia cultural y natural del país.

Desde la elegante localidad de Bled hasta los silenciosos paisajes de **Pokljuka**, **Bohinj** o **Jezersko**, este recorrido combina algunos de los mejores circuitos nórdicos de Eslovenia con la autenticidad de sus pueblos y valles. Bled, con su icónico lago y castillo medieval, ofrece un entorno de postal que ha atraído a viajeros y artistas durante siglos.

En **Pokljuka**, una meseta nevada y tranquila, se celebran competiciones internacionales de biatlón, mientras que **Bohinj** conserva intacta la vida rural alpina.

Kranjska Gora, al pie de majestuosas cumbres, es también un lugar de gran valor cultural, con una fuerte identidad montañesa y una conexión profunda con la historia del esquí en el país.

Finalmente, **Jezersko** aporta una dimensión más salvaje y remota al viaje, en una región que fue durante siglos punto de paso entre el mundo germano y el balcánico.

Un viaje ideal para quienes buscan combinar deporte, naturaleza y cultura en un solo destino.

3 Datos básicos

Destino: **Eslovenia**.

Actividad: Esquí de fondo.

Nivel: Clásico avanzado y patinador iniciación.

Duración: 7 días (5 días de actividad y 2 de viaje).

Época: De enero a marzo.

Grupo mínimo-máximo: 5-8 personas por grupo.

Esquí de fondo. Eslovenia-2026

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada y desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. Viaje en avión a **Liubliana**. Traslado a **Bled**.

Día 2. Esquí de fondo en **Pokliuka**.

Día 3. Esquí de fondo en **Kraniska Gora**.

Día 4. Esquí de fondo en **Bohinj**.

Día 5. Esquí de fondo en **Jezersko**.

Día 6. Esquí de fondo en **Pokliuka**.

Día 7. Traslado a **Liubliana** y **vuelo de regreso**.

4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje en avión a **Liubliana**. Traslado a **Bled**.

Desde el aeropuerto de Liubliana emprenderemos el trayecto hacia la pintoresca localidad de **Bled**, ubicada a apenas media hora en coche.

Día 2. Esquí de fondo en **Pokliuka**.

El área de Bled, donde nos alojamos durante el viaje, cuenta con uno de los entornos más propicios para la práctica del esquí de fondo en Eslovenia. La extensa **meseta de Pokljuka**, salpicada de pequeños pueblos y rodeada por densos bosques, se presenta como un auténtico paraíso para los amantes del esquí nórdico. En el centro de **Rudno Polje** se encuentran todos los servicios necesarios, incluido el alquiler de equipamiento, y los alrededores de **Bled** también ofrecen diversos circuitos para disfrutar de este deporte.

Día 3. Esquí de fondo en **Kraniska Gora**.

El **valle del Alto Sava** es una de las zonas más impresionantes de **Eslovenia** y, al mismo tiempo, un referente destacado para la práctica del esquí de fondo en el país. En él se encuentra el **centro nórdico de Rateče-Planica**, perfectamente equipado con todos los servicios necesarios. Desde aquí parte una extensa red de pistas que conecta con localidades como Gozd Martuljek, Mojstrana y Zgornja Radovna, ofreciendo múltiples opciones para disfrutar del entorno invernal.

Día 4. Esquí de fondo en **Bohinj**.

El **lago de Bohinj**, situado en pleno **macizo del Triglav**, es uno de los paisajes más emblemáticos de **Eslovenia**. El valle que lo rodea, tanto en su zona baja como en las áreas más elevadas, ofrece hasta 70 kilómetros de rutas para esquí de fondo cuando las condiciones de nieve lo permiten.

Día 5. Esquí de fondo en **Jezerko**.

Hoy dejamos atrás la región del **Triglav** para dirigirnos a los **Alpes de Kamnik-Savinja**, donde se encuentra el **Parque Natural de Jezerko**. Este estrecho valle, rodeado por majestuosas montañas, ofrece un paisaje que nos evocará la atmósfera alpina de **Kranjska Gora**.

Día 6. Esquí de fondo en **Pokliuka**.

Cerramos esta intensa semana regresando a la zona más cercana para nosotros: **Bled** y la **meseta de Pokljuka**, un entorno ideal para disfrutar de las últimas jornadas de esquí de fondo.

Día 7. Traslado a **Liubiana** y **vuelo de regreso**.

5 Precio. Incluye/No incluye

Precio. 1.175 €. Suplemento individual 175 €.

5.1 Incluye

- Profesor de esquí de fondo de Muntania.
- Transporte privado en furgoneta durante el viaje.
- 6 noches de alojamiento con desayuno incluido. [Old Parish House](#) en Bled
- Seguro de viaje incluido.
- Gestión de reservas.

5.2 No incluye

- Vuelos. Posibilidad de gestión del vuelo por parte de Muntania Outdoors (25 € gastos de gestión).
- Alquiler equipo de esquí de fondo.
- Pase de pistas semanal (gratuitos en todos los dominios menos en Kranjska Gora y Pokljuka, unos 6 €).
- Almuerzos (se harán en las pistas de esquí) y cenas.
- Nada que no esté especificado en el apartado “incluye”.

6 Más información

Niveles que se impartirán

Clásico avanzado y patinador iniciación.

Aunque no es un viaje orientado a principiantes, si estás en esta situación no dudes en consultarnos.

Mejora tu técnica mientras recorres kilómetros.

Gracias a la ubicación privilegiada del alojamiento, justo a pie de pistas, podrás aprovechar al máximo cada jornada de esquí. Cada día se propone un recorrido distinto, con paradas estratégicas para trabajar aspectos técnicos específicos.

Esquí autónomo, pero con cabeza.

En el centro de información podrás recoger un mapa completo del área esquiable y esquiar por tu cuenta si así lo deseas.

Transporte de esquís

Si llevas tus propios esquís, marca la casilla en la reserva para que podamos organizar la compartición de un equipaje facturado donde meteremos varios pares de esquís de varios participantes.

Material y ropa necesaria

- Material de esquí de fondo (esquís, botas y bastones). Posibilidad de alquiler de material. Consultar.
- Mochila pequeña (10-20 litros) o riñonera con agua.
- Pantalón y chaqueta de Gore-tex o similar. Forro polar.
- Pantalones tipo malla gruesa o pantalón de montaña de invierno.
- Ropa interior térmica.
- Gafas de sol, buff, gorro y guantes (interior y cubre guante).
- Termo pequeño.
- Botiquín y neceser personal.
- Un plumas para después de la actividad.

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas, pero también adaptamos los viajes a tu disponibilidad. Por tanto, no dudes en consultarnos si las fechas no te cuadran.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje te mandaremos información del lugar y hora de encuentro, así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, mandaremos más información útil que te facilitará los preparativos finales.

Billete de avión y transporte de esquís

Si estás interesado en que gestionemos tu billete tendrás que marcarlo en la reserva donde verás distintas opciones de vuelos.

Si llevas tus propios esquís, marca la casilla en la reserva para que podamos organizar la compartición de un equipaje facturado donde meteremos varios pares de esquís de varios participantes.

Si cuando hagamos la compra de tu vuelo, el precio de este difiere bastante de la propuesta te informaremos para que nos des tu confirmación. Con nuestros buscadores intentamos localizar la mejor opción y la más económica.

Si no nos dices nada al respecto, compraremos tu billete con una maleta en bodega. Si además quieres facturar una bolsa de esquís o únicamente facturar bolsa de esquís y no maleta, lo debes indicar cuando haga la reserva.

Si llevas tus propios esquís, marca la casilla en la reserva para que podamos organizar la compartición de un equipaje facturado donde meteremos varios pares de esquís de varios participantes.

Respecto al transporte de esquís en el avión si no quieres compartir bolsa de esquís con otros participantes, recomendamos facturar únicamente una bolsa de esquís amplia, donde además pueda meter más cosas y en cabina la mochila de ataque con el resto de las cosas que no has metido en la bolsa de esquís. Según el destino de tu viaje, se puede alquilar esquís y botas y también hay tiendas para comprar ropa, guantes etc. pero es más sencillo alquilar esquís y botas que ir comprando guantes, gorro, etc.

Si la elección de asiento es gratuita elegiremos los más cómodos entre los disponibles. Si deseas un tipo de asiento específico debes indicarlo previamente. Si la elección de asiento es de pago, dejaremos esta elección a tu criterio para que puedas gestionarla posteriormente tú mismo junto con el resto de los servicios opcionales de pago.

Muntania Outdoors cobra 25 € según destino en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que la compra.

Este servicio no incluye gestiones para hacer el checking previo a tu vuelo (lo tendrás que hacer tu).

Si por cualquier motivo, ajeno a Muntania Outdoors, tuvieras que cancelar tu vuelo, será responsabilidad tuya hacer los trámites con la compañía aérea.

Si la compañía aérea cancela tu vuelo y nos da otra opción similar aceptaremos el cambio en el caso de que nos llegue la información a nosotros sin tener que consultarte y te mandaremos el nuevo horario. Si te llega a ti, es responsabilidad tuya aceptar el cambio y si no estás de acuerdo con el nuevo horario tendrás que rechazar el cambio.

Si la compañía aérea cancela tu vuelo, te haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela tu vuelo y quieres reclamar, serás tú el que realices los trámites que te pidan realizar.

En el caso de que quieras que le gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 25 € adicionales según el destino.

Si eres tú el que compras tu vuelo, te rogamos nos consulte los horarios para una mejor coordinación de las horas de llegada y salida con el resto del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, siempre compres el billete completo bien a través de una compañía aérea que opere en todos los tramos del trayecto con sus propios aviones o con otras compañías que formen parte de la alianza de compañías a la que pertenece y por tanto la compra se haga con un solo pago. Si, por el contrario, optas por comprar un trayecto de ida o vuelta en la que hay escalas y cada escala supone una compra con distintas compañías, en caso de que una compañía cancele el vuelo o llegue con retraso impidiendo coger el siguiente vuelo, será difícil o imposible que una compañía se haga responsable de la pérdida del siguiente vuelo. La opción de la ida con una compañía distinta a la de vuelta también puede ser una opción para encontrar mejores horarios.

Equipaje y material.

Rogamos sean comedidos con el equipaje ya que por las tardes necesitarán pocos cambios de prendas.

Tiene la opción de alquilar equipo de fondo tanto **clásico** cómo **skating** muy cerca de nuestro alojamiento.

Si llevas tus propios esquís, marca la casilla en la reserva para que podamos organizar la compartición de un equipaje facturado donde meteremos varios pares de esquís de varios participantes.

Seguro de viaje incluido

La actividad tiene **incluido un seguro de viaje** con **Iris Global** que incluye:

- Rescate hasta 6.000 €
- Gastos médicos por enfermedad o accidente: hasta 30.000 € (opción de contratar una cobertura mayor, consultar).
- Repatriación o transporte sanitario: ilimitado.
- Regreso anticipado por causas justificadas: ilimitado.
- Pérdida, robo o daños de equipaje: hasta 600 €.

También tiene la opción de contratar un **seguro de cancelación** por causas justificadas con el **seguro Iris Global** que le incluimos en el viaje con un coste de 20 € por cada 1.000 € asegurados con un **máximo asegurado de 3.000 €**. La contratación tiene que hacerse en el momento de la reserva de su viaje. Si no se hace en tiempo hay **72 horas de carencia** en el que en caso de tener que cancelar por una causa justificada no le cubriría.

Consulte los precios y condiciones en el siguiente enlace: [Información de seguros](#)

Mas información

* Teléfono de asistencia 24h de Iris Global: 91 572 43 43

** Cualquier otra comunicación relacionada con el siniestro con la compañía aseguradora será responsabilidad del accidentado.

*** Según donde ocurra el incidente, si el centro médico o cualquier otra entidad que actúa en el accidente pide el pago de alguna cantidad de dinero, será el accidentado el que tendrá que abonarlo. Posteriormente el accidentado tendrá que ponerse en contacto con la aseguradora para reclamar la devolución del importe pagado. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L.U. (Grupo Global Adventure Team S.L.) no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

Consulte los precios y condiciones [Información de seguros](#)

Enlaces de interés

- [Kraniska Gora](#)
- [Pokliuka](#)
- [Bohini](#)
- [Jezersko](#)
- [Pokliuka](#)

7 Puntos fuertes

- La belleza de Eslovenia en invierno.
- Acceso a distintos dominios de esquí de fondo.
- Clases impartidas por **profesor** con gran experiencia.

8 Otros viajes similares

- Esquí de fondo en las Dolomitas
- Esquí de fondo en las montañas de Jizaere, Bohemia del Norte. Chequia
- Esquí de fondo en Ramsau. Austria
- Auroras Boreales y esquí de fondo en Finlandia. Saariselka, Laponia Finlandesa
- Lillehammer, el sueño olímpico
- Suecia. Esquí de fondo en Funäsfjällen

9 Contacto

Muntania Outdoors/Geographica. Grupo Global Adventure Team S.L (CICMA 4720)

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com www.geographica.es

c/ de Miguel Yuste, N.º 3, 3E 28037 Madrid